

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA-ANAK DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

NINDA EFRIANI

F100150129

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA-ANAK DENGAN
REGULASI EMOSI REMAJA
PUBLIKASI ILMIAH**

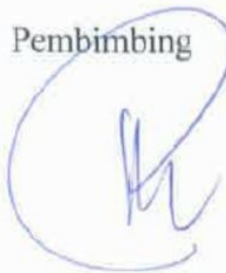
Diajukan oleh :

NINDA EFRIANI

F100150129

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Pembimbing



Taufik, M. Si, P.hD

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA-ANAK DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA

Yang diajukan oleh :

Ninda Efriani

F.100150129

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal

9 Februari 2019

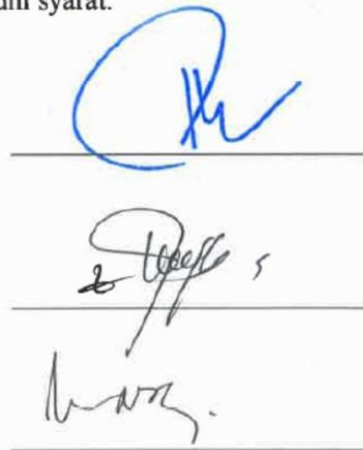
dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Dewan Penguji :

1. **Taufik Kasturi, M. Si, P.hD.**
(Ketua Dewan Penguji)

2. **Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, Psikolog**
(Anggota I Dewan Penguji)

3. **Usmi Karyani, S.Psi., Msi**
(Anggota II Dewan Penguji)



Surakarta, 13 Februari 2019



Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan,

Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si, P.hD.
NIDN. 0624067301

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 15 Februari 2019

Yang menyatakan,



NINDA EFRIANI

F100150129

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA-ANAK DENGAN REGULASI EMOSI REMAJA

Abstrak

Kemampuan meregulasi emosi pada remaja sangat penting dilakukan agar bisa mengelola emosi negatif menjadi emosi yang positif, dan mampu mengurangi perilaku negatif/menyimpang pada remaja. Namun, pada kenyataannya kemampuan regulasi emosi pada remaja masih tergolong rendah, hal ini ditandai dengan berbagai permasalahan yang terjadi seperti perilaku membolos, *bullying*, agresivitas, dan sebagainya. Salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi ialah kelekatan orangtua-anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan positif antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi. Sampel yang diambil berjumlah 54 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa skala regulasi emosi dan kelekatan orangtua-anak. Hasil analisis data menggunakan *korelasi product moment* diperoleh (r) sebesar 0,237 dengan signifikansi 0,042 ($p < 0,05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa 54 siswa (100%) memiliki kelekatan yang tergolong sedang, kemudian 31 siswa (57,4%) memiliki regulasi emosi sedang dan 23 siswa (42,6%) tergolong dalam kategori tinggi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi, yang artinya semakin tinggi kelekatan orangtua-anak maka semakin tinggi pula regulasi emosi pada remaja.

Kata kunci : Kelekatan orangtua-anak, remaja, regulasi emosi

Abstract

The ability to regulate emotions in adolescents is very important to be able to manage negative emotions into positive emotions, and be able to reduce negative / deviant behavior in adolescents. However, in reality the ability to regulate emotions in adolescents is still relatively low, this is marked by various problems that occur such as truant behavior, bullying, aggressiveness, and so on. One of the factors that influence emotional regulation is parent-child attachment. The purpose of this study was to determine the positive relationship between parent-child attachment and emotional regulation. The samples taken were 54 students. The sampling technique uses cluster random sampling. The instruments used were emotional regulation scale and parent-child attachment. The results of data analysis using product moment correlation is obtained (r) of 0.237 with a significance of 0.042 ($p < 0.05$). This study shows that 54 students (100%) have moderate attachments, then 31 students (57.4%) have moderate emotional regulation and 23 students (42.6%) belong to the high category. The results showed a positive relationship between parent-child attachment and emotion regulation, which means that the higher parent-child attachment, the higher the regulation of emotions in adolescents.

Keywords : Parent-child attachment, adolescence, emotional regulation

1. PENDAHULUAN

Kemampuan untuk mengontrol dan mengelola emosi yang ada dalam diri individu baik secara sadar maupun tidak sangat penting dilakukan agar remaja mampu mengelola emosi negatif menjadi emosi yang positif. Kemampuan mengontrol atau mengelola emosi inilah yang disebut dengan regulasi emosi. Remaja diharapkan memiliki regulasi emosi yang tinggi agar bisa mengelola emosi serta mengekspresikan emosi secara tepat. Penelitian yang dilakukan oleh Umasugi (2013) tentang hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja, menunjukkan bahwa ketika remaja memiliki regulasi emosi serta didukung dengan religiusitas yang baik maka kemungkinan lebih kecil dalam melakukan *bullying*, dan begitu pun sebaliknya, ketika remaja memiliki regulasi emosi yang rendah dan religiusitas yang kurang baik maka cenderung akan melakukan *bullying*.

Namun, pada kenyataannya kemampuan regulasi emosi pada remaja masih tergolong rendah, hal ini ditandai dengan berbagai permasalahan yang terjadi pada remaja seperti perilaku membolos, *bullying*, agresivitas, dan sebagainya. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Prastisti (2012) yang mengutip gagasan Morris, et al bahwa kasus-kasus seperti perilaku berbohong, pergi keluar rumah tanpa pamit, membolos, keluyuran, minum-minuman keras, menyalahgunakan narkoba, mengendarai kendaraan tanpa SIM, kebut-kebutan, berkelahi dengan teman atau antar sekolah, serta depresi, merupakan gambaran dari ketidakmampuan individu dalam mengelola emosi.

Fenomena permasalahan-permasalahan remaja yang berupa perilaku negatif, dalam hal ini merupakan kenakalan remaja sudah menjadi tidak asing lagi sebagai pemberitaan di media sosial maupun televisi. Berdasarkan survey dari data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tentang survei kesehatan reproduksi remaja Indonesia pada tahun 2002-2003, diketahui bahwa remaja yang mengaku memiliki teman yang berhubungan seksual sebelum menikah pada usia 14-19 tahun menunjukkan angka 34,7% untuk remaja putri dan 30,9% untuk remaja putra. Kemudian, temuan hasil penelitian oleh Mayasari & Hadjam (2000) remaja yang sudah melakukan seks bebas sebelum menikah

sebesar 21,7% di Bandung, 30,85% di Bogor, 31,8% di Cirebon, dan 26,47% di Sukabumi. Sedangkan temuan terakhir pada tahun 2012 remaja yang sudah melakukan seks bebas sudah menunjukkan peningkatan sampai menyentuh angka 93,7% (Erwani dkk, 2013).

Dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh Mantiri (2014) terdapat beberapa perilaku menyimpang pada remaja seperti keluar rumah tanpa pamit, pulang kerumah sudah larut malam, melakukan tindakan merokok, balapan liar, mencuri, meminum-minuman keras, menonton vdeo porno, menggunakan narkoba, dan melakukan hubungan seks diluar nikah. Ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi ini akan menimbulkan kebingungan, agresivitas, dan superior, yang dikompensasikan dalam bentuk yang negatif seperti pasif dalam segala hal, apatis, agresif, menarik diri, dan melarikan diri dari realita ke minuman alkohol, ganja atau narkoba, bunuh diri dan lain-lain (Ronzi, 2010).

Faridh (2008) mengutip dari pendapat Thonburg, bahwa seorang remaja dikatakan terlibat dalam perilaku negatif apabila ia memiliki masalah emosional atau kepribadian yang mengakibatkan perilaku antisosial. Perilaku tersebut dikarenakan oleh ada tekanan atau masalah maupun ketidakmampuan mengontrol emosi. Salah satu aspek dalam regulasi emosi adalah *Expressive suppression*, sebuah proses yang memodulasi respon, yang melibatkan seseorang untuk mengurangi atau meminimalisir daripada perilaku emosi yang ekspresif saat keadaan seseorang tersebut dalam tingkat yang sangat emosional Gross & John (2003). Hal ini perlu dimunculkan agar seseorang dapat terhindar dari perilaku-perilaku antisosial terutama bagi para remaja yang sedang mengalami konflik yang beragam dan kompleks.

Kemampuan dalam regulasi emosi ini tidak serta merta muncul begitu saja, akan tetapi berasal dari suatu proses yang panjang. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu, usia dan jenis kelamin, lingkungan, hubungan interpersonal, *individual difference*, kognitif, pendidikan, budaya, religiusitas, dan keluarga.

Salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah keluarga yaitu kelekatan orangtua-anak. Keluarga adalah lingkungan terdekat dan merupakan

sumber utama yang mempengaruhi perilaku remaja. kombinasi dari kelekatan dan pola asuh yang tidak kuat dapat menyebabkan anak mengalami ketidakmampuan meregulasi emosi. Sehingga dapat terlibat dalam perilaku-perilaku mengganggu yang akhirnya mendorong strategi yang kurang tepat pada pola asuh. Psikolog Adelina Syarief mengatakan bahwa remaja yang memiliki ketidakmampuan dalam mengontrol emosinya dapat disebabkan oleh diri sendiri atau lingkungan, penyebabnya bisa dari sifat bawaan ataupun dari keluarga misalnya orangtua yang terlalu sibuk, kurangnya komunikasi atau perceraian sehingga tidak menimbulkan kelekatan antara orangtua dan remaja (Liputan6.com, Selasa, 10 September 2013).

Kelekatan adalah ikatan erat secara emosi lahir dan batin yang terjalin antara anak dan orangtua pada tahap awal masa kehidupannya sehingga menjadi sebuah ikatan yang kekal dan lengket sepanjang hidup yang membuat menjadi berkesan (Papalia & Feldman, 2013). Memasuki masa remaja kelekatan pada orangtua dapat diartikan sebagai suatu hubungan emosional secara adaptif antara remaja dan orangtua yang bersifat timbal balik, bertahan lama dan memberikan rasa aman meskipun orangtua sebagai figur lekat tidak berada dekat dengan individu yang bersangkutan (Muslimah & Wahdah, 2013). Menurut Santrock (2007) bahwa remaja yang memiliki kelekatan secara aman dengan orangtua, maka kemungkinan kecil untuk melakukan perilaku bermasalah. Gaya pengasuhan mencerminkan sikap dan perilaku orangtua terhadap anak-anak yang dapat berkontribusi terhadap iklim emosional keluarga, sosialisasi emosi anak, dan hasil perkembangan anak-anak. Dengan demikian orangtua memberikan kontribusi secara langsung mengenai regulasi emosi kepada anaknya.

Perkembangan emosi yang baik antara anak dan orangtua akan membantu remaja untuk mencurahkan isi hatinya, mengungkapkan masalah yang sedang dihadapinya, mencari jalan keluar dari persoalan hidup yang dihadapi, serta mempercayakan masalahnya kepada orangtua yang dianggap memiliki kredibilitas dan menjaga harga diri remaja, sehingga menimbulkan kelekatan yang kuat dalam keluarga (Adhim, 2010). Kedua orangtua yang mampu membangun komunikasi yang baik maka remaja tersebut akan lebih mampu dalam meregulasi emosinya ketika mengalami situasi tertekan (Putri, 2013). Remaja yang mampu

mengelola emosi-emosi secara efektif, akan memiliki daya tahan yang baik dalam menghadapi masalah.

Penelitian ini ingin membuktikan apakah kelekatan orangtua-anak memiliki hubungan yang positif dengan regulasi emosi pada remaja, dengan hipotesis penelitian “Ada hubungan positif antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi remaja”.

2. METODE

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah SMA Islam di Surakarta. Sampel yang diambil berjumlah 54 siswa, dengan menggunakan *cluster random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa skala regulasi emosi dan skala kelekatan orangtua-anak. Skala regulasi emosi dalam penelitian ini di adaptasi dari penelitian Syifa (2015) berdasarkan aspek *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* yang dikemukakan oleh (Gross & John, 2003). Untuk menentukan validitas aitem, berdasarkan pendapat Azwar (2009), bahwa suatu aitem dikatakan valid apabila $r_{ix} \geq 0,30$. Dari hasil uji instrumen yang telah dilakukan, dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh nilai koefisien terendah yang dipakai pada skala regulasi emosi adalah 0,355 dan yang tertinggi adalah 0,623. Hasil analisis uji validitas skala regulasi emosi dari 10 aitem yang diberikan, diperoleh 10 aitem yang valid yang artinya aitem tersebut tidak gugur. Reliabilitas *cronbach alpha* skala regulasi emosi sebesar 0,639. Skala kelekatan orangtua-anak di adaptasi dari penelitian Rhisang (2017) berdasarkan teori Sari, Devianti & Safitri (2018) melalui aspek-aspek kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan pengasingan (*alienation*). Pada skala kelekatan orangtua-anak, penelitian ini menggunakan validitas isi dicapai dengan pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* yang dilakukan oleh dosen pembimbing. Dari hasil uji instrumen yang telah dilakukan, dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh nilai koefisien terendah pada skala kelekatan orangtua-anak adalah -0,13 dan yang tertinggi adalah 0,739. Hasil analisis uji validitas dari 47 aitem yang diberikan, diperoleh 37 aitem yang valid dan 10 aitem gugur yaitu pada pernyataan no 3, 11, 13, 16,

26, 31, 36, 41, 45 dan 47. Reliabilitas *cronbach alpha* skala kelekatan orangtua-anak sebesar 0,765.

Metode analisis data yang digunakan adalah *korelasi product moment*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi untuk variabel kelekatan orangtua-anak dan regulasi emosi adalah 0,237, dengan taraf signifikan (p) = 0,042. Perhitungan ini dilakukan pada taraf signifikansi $p < 0,05$. Pengujian 1-tailed didasarkan pada hipotesis yang diajukan sudah mengarah pada hubungan yang positif antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi, yang menunjukkan bahwa variabel kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi ada hubungan positif yang signifikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi remaja. diketahui perolehan koefisien korelasi (r) sebesar 0,237 dengan signifikansi 0,042 ($p < 0,05$), yang berarti semakin tinggi kelekatan antara orangtua-anak akan semakin tinggi pula regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja, begitu pula sebaliknya, semakin rendah kelekatan antara orangtua-anak akan semakin rendah pula regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja.

Kelekatan antara orangtua dengan remaja sangat berpengaruh dalam pencapaian kemampuan meregulasi emosi. Dengan adanya kelekatan yang dibangun oleh kedua belah pihak dengan cara membangun rasa percaya, adanya komunikasi yang hangat akan membuat remaja merasa aman/nyaman dan berhati-hati dalam menghadapi permasalahan sehari-hari. Remaja akan lebih banyak belajar dalam meregulasi emosi melalui ajaran yang diberikan oleh orangtua.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Septiani & Nasution (2017), yang menunjukkan bahwa keterlibatan orangtua dalam pengasuhan anak, mempengaruhi regulasi emosi anak, semakin baik keterlibatan orangtua dalam pengasuhan anak maka akan semakin baik pula regulasi yang dimiliki oleh anak. Remaja memiliki penyesuaian diri pribadi dan

sosial yang lebih baik apabila remaja tumbuh dimana kedua orangtuanya berperan dalam pengasuhan serta tidak mengabaikan remaja di dalam keluarga tersebut (Fish & Biller, 1973). Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Santrock (2012) mengatakan bahwasanya anak yang tumbuh dalam kelekatan yang aman dengan orangtuanya akan membuat individu tersebut menjadi individu yang memiliki harga diri yang lebih tinggi dan kesejahteraan emosi yang lebih baik sehingga mampu untuk mengelola emosi yang ada dalam dirinya. Menurut Hidayati (2011) bahwa keterlibatan orangtua dalam kehidupan anak berkorelasi positif dengan kepuasan hidup anak, kebahagiaan dan rendahnya pengalaman depresi.

Hasil dari sumbangan efektif variabel kelekatan orangtua-anak pada variabel regulasi emosi diketahui sebesar 0,1%. Pada penelitian ini variabel *dependent* yaitu regulasi emosi dipengaruhi oleh kelekatan orangtua-anak sebesar 0,1% dan 99,9% lainnya dipengaruhi oleh variabel lainnya. Maka, terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal salah satunya yaitu konsep diri sehingga mampu dalam mengontrol ego yang ada didalam diri, sedangkan faktor eksternal yaitu *peer attachment*, dukungan sosial, hubungan interpersonal, kondisi lingkungan/pengalaman lingkungan.

Dalam penelitian Rasyid (2012) bahwa *Peer attachment* berpengaruh pada regulasi emosi remaja. Block (1980) percaya bahwa ego kontrol adalah ciri khas individu berkenaan dengan baik tentang ekspresi atau penahanan impuls atau emosi. Sedangkan pada faktor eksternal yaitu dukungan sosial dan perlindungan dari orang lain penting sebagai dorongan dalam meregulasi emosi negatif individu. Seperti hasil penelitian Rami (2013) bahwa dukungan sosial dapat memberikan pengaruh pada kesejahteraan emosional sehingga seseorang dapat menggunakan strategi regulasi emosi secara tepat. Selanjutnya, Santrock (2007) mengutip pendapat Sarni dkk (2006) bahwa perubahan hormonal dan pengalaman lingkungan pada masa remaja dapat memberikan pengaruh dalam perubahan emosi dan mengelola emosi. Lingkungan yang positif tempat remaja berada akan

memberikan dampak yang positif pula dengan regulasi emosinya (Yusuf & Kartika, 2017).

Data dari hasil penelitian diketahui bahwa dalam kategorisasi memiliki tingkat kelekatan yang sedang, hal ini ditunjukkan dari hasil penelitian bahwa sebanyak 54 siswa (100%) berada dalam kategori sedang. Pada regulasi emosi 31 siswa (57,4%) yang tergolong sedang dan 23 siswa (42,6%) tergolong dalam kategori tinggi. Dengan demikian, bahwa kecenderungan regulasi emosi pada remaja SMA Islam Swasta di Surakarta adalah baik. Hal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki hubungan yang cukup erat dengan orangtuanya dan memiliki regulasi emosi yang cukup baik. Syifa (2015) mengatakan bahwa jika kualitas kelekatan antara orangtua-anak baik, maka remaja akan memiliki regulasi emosi yang baik yang cenderung tidak berperilaku menyimpang.

Orangtua memiliki peranan penting di awal kehidupan anak, seperti yang diungkapkan oleh Winarti, Cholilawati & Istiany (2014) bahwa kelekatan sebagai bentuk dari jalinan yang kuat yaitu berupa sisi emosional dari kedua pihak, dikembangkan seseorang mulai dari kecil berdasarkan interaksi antara orangtua bersama anaknya dalam kehidupan sehari-hari, di sisi lain kelekatan diartikan juga sebagai afeksi atau perasaan yang kuat antara anak dengan figur lekatnya. Hubungan antara orangtua dengan remaja yang telah dibina sejak lahir dapat menimbulkan adanya kelekatan dan dapat berfungsi adaptif bahkan sampai anak memasuki usia remaja.

Relasi sosial yang telah dilakukan orangtua terhadap anak menjadi komponen dasar bahwa relasi kelekatan yang aman dan tidak aman di satu atau dua tahun pertama akan menentukan perilaku anak dalam relasi baru dengan orang lain (Santrock, 2007). Pada masa remaja ketika remaja tersebut memiliki figur lekat seperti orangtua, terutama ibu, mampu memberikan *attachment* kepada individu maka, untuk seterusnya remaja tersebut akan cenderung mencari figur lekatnya setiap kali menghadapi masalah, dengan keyakinan bahwa figur lekat mampu meluangkan waktu untuk berkomunikasi secara interaktif, memberi dukungan emosional serta keteladanan dan kesabaran, sehingga remaja akan merasa aman dan nyaman bersamanya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Larasati & Desiningrum (2017) mengungkapkan bahwa remaja yang memiliki kelekatan aman dengan ibu yang tinggi maka tingkat regulasi emosi yang dialami akan semakin tinggi pula, begitupun sebaliknya remaja yang memiliki kelekatan aman dengan ibu yang rendah maka tingkat regulasi emosi yang dialami akan semakin rendah pula.

Berkaitan dengan masa remaja yang disebut juga dengan masa *storm and stress* (Santrock, 2012), remaja sangat rentan mengalami ketidakstabilan secara emosional. Semakin kuat tekanan yang dialami oleh remaja, maka kebutuhan akan figur lekat sangat diperlukan dalam keadaan yang tertekan atau ketika remaja mengalami suatu masalah. Apabila kebutuhan ini terpenuhi, akan lebih mudah untuk melewati masa krisis dalam perkembangannya. Dengan adanya kelekatan antara orangtua dan anak, membuat remaja merasa memiliki pegangan dalam mengatasi suatu permasalahan yang sedang dialami. Terpenuhinya kebutuhan akan dukungan dalam masa perkembangan remaja akan menghadirkan iklim yang positif sehingga remaja mampu meregulasi emosi secara baik. Dengan demikian remaja yang memiliki kemampuan mengontrol emosi yang baik memungkinkan tidak akan terjerumus dalam perilaku-perilaku yang menyimpang.

Tingginya kelekatan pada subjek penelitian kemungkinan besar dipengaruhi oleh batasan kriteria subjek yang telah ditentukan sebelumnya yaitu subjek yang tinggal dengan orangtua. Di usia remaja, interaksi dengan orangtua masih dibutuhkan meskipun sebagian waktu remaja banyak dihabiskan dengan lingkungan baru di luar keluarga inti. Dalam penelitian ini terdapat keterbatasan dalam pemilihan subjek penelitian. Menurut peneliti kecenderungan kelompok-kelompok subjek penelitian ini juga akan mempengaruhi sebaran data cenderung memiliki kesamaan. Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah masih kurangnya jumlah subjek dalam penelitian bila dibandingkan dengan populasi remaja yang ada di Indonesia.

Berdasarkan keseluruhan analisis, dapat dilihat bahwa penelitian ini telah mencapai tujuannya yaitu mengetahui adanya hubungan yang positif antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi remaja. Hal ini menandakan bahwa, semakin tinggi kelekatan orangtua-anak, akan semakin tinggi pula regulasi

emosi pada remaja. Walaupun demikian memiliki hubungan positif yang signifikan, namun kelekatan orangtua-anak bukanlah hal yang dominan yang menjadi faktor dalam mempengaruhi regulasi emosi pada remaja.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan orangtua-anak dengan regulasi emosi. Diketahui perolehan koefisien korelasi (r) sebesar 0,237 dengan signifikansi 0,042 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kelekatan orangtua-anak maka semakin tinggi pula regulasi emosi pada remaja.

Upaya yang dapat dilakukan remaja untuk meningkatkan kelekatan adalah dengan cara membangun komunikasi yang baik dengan orangtua, membangun rasa kepercayaan dengan saling menghargai dan menghormati dalam pengambilan keputusan, dan menciptakan kondisi yang aktif dengan orangtua.

Bagi orangtua diharapkan mampu membangun suasana *supportif* dengan selalau mendampingi saat remaja mencari perlindungan dan kenyamanan pada masa penuh badai dan tekanan karena proses perkembangan. Dengan adanya dukungan dari orangtua, remaja akan memiliki rasa aman sehingga lebih mampu dalam meregulasi emosi.

Peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema regulasi emosi maupun kelekatan orangtua-anak, sebaiknya lebih memperhatikan skala penelitian dan menambahkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi regulasi emosi pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Erwani, S. dkk. (2013) Sex Bebas Dikalangan Pelajar, dalam <http://nad.bkkbn.go.id/viewartikel.aspx?artikelIID=1425>. diakses tanggal 26 maret 2014.
- Faridh, R. (2008). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Kenakalan Remaja. *Naskah Publikasi*. Program Studi Psikologi Fakultas

- Gross, J. J. (1998). Antecedent and Response Focused Emotion Regulation Divergent Consequence Expression and Phsycology. *Journal Of Personality and Social Psychology*, Vol.74 No.1, 224-237.
- Gross, J. J., & John. (2003). Individual Differece in Two Emotion Regulation Proseses: Implikations for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Phsychology* 14(1), 348-363.
- Larasati, I. N., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara kelekatan aman dengan ibu dan regulasi emosi siswa kelas X SMA NEGERI 3 Salatiga. *Jurnal Empati Diponegoro Vol.7 (3)*, 127 & 133.
- Liputan6.com. (2015). Perilaku Kekerasan Anak Meningkat. Diterima tanggal 25 Februari 2016. Dari m.liputan6.com/news/read/21544228/komnas-pa-pelaku-kekekrasan-anak-meningkat-tahun-2015.
- Mayasari, F., & Hadjam, M. R. (2000). Perilaku Seksual Remaja dalam Berpacaran Ditinjau dari Harga Diri Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi UGM Vol.27 No.2*, 120-127.
- Muslimah, A. I. (2013). Hubungan antara Attachment dan Self Esteem dengan Need For Achievement pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri 8 Cakung Jakarta Timur. *Jurnal Soul, Vol.6 , No.1*. 1-9.
- Papalia, D. E., & Feldman. (2013). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prastisti, W. N. (2012). Peran Kehidupan Emosional Ibu Dalam Perkembangan Regulasi Anak: Studi Meta Analisis. *Jurnal Penelitian Humaniora, 12(1)*, 116-130.
- Putri, D. L. (2013). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi, Vol.2 No.1*, 4-15.
- Rhisang, S. (2017). *Hubungan antara Kelekatan Remaja dengan Orangtua dan Perilaku Merokok pada Remaja di Yogyakarta*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Ronzi, M. (2010). Pengaruh Bimbingan Keagamaan Terhadap Kenakalan Siswa -siswi di MTS Darul Ulum Kelurahan Wates Kecamatan Ngaliyan Semarang. *Jurnal Psikologi Undip 1(2)*.127-133.

- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sari, S. L., Devianti, R., & Safitri, N. (2018). Kelekatan Orangtua Untuk Pembentukan Karakter Anak. *Educational Guidance and Consling Development Journal*, 5.
- Syifa, I. L. (2015). *Hubungan antara Kualitas Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja di SMA Yayasan Pandaan*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik.
- Umasugi, S. C. (2013). Hubungan antara Regulasi Emosi Dan Religiusitas dengan Kecenderungan Bullying pada Remaja. *Empathy Jurnal Psikologi Vol.2 No.1*, 21-29.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Humanitas Vol.IX No.2*, 150-151.
- Winarti, A., Cholilawati, & Istiany, A. (2014). Hubungan Kelekatan Orangtua dengan Anak terhadap Kecerdasan Emosional Remaja Laki-Laki di SMP. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan (JKKP) Vol.1 No.2*, 70-77.